

# РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ:



**МБОУ «Школа №101»  
г. Ростов-на-Дону**

- ✓ *Соблюдайте режим дня;*
- ✓ *Поддерживайте порядок рабочего места;*
- ✓ *Информируйте учителя и родителей по вопросам и проблемам подключения и обучения;*
- ✓ *Готовьтесь к занятиям в соответствии с расписанием (оно осталось прежним, но изменились формат и продолжительность);*
- ✓ *Продолжительность урока- 30 мин в 5-11 классах, 15 мин – в начальной школе;*
- ✓ *Предоставляйте обратную связь учителю;*
- ✓ *Дозируйте нагрузку на глаза;*
- ✓ *Следуйте принципам информационной безопасности в сети;*
- ✓ *Информируйте родителей и учителя об информационных взбросах в мессенджерах;*
- ✓ *Проводите ежедневную разминку.*